



Selbsterfahrungstag

Eintägiges-Intensiv-Seminar um die eigene Innere Ganzheit wieder zu erfahren

Meditationen, Eintauchen, rhythm. Bewegungen,

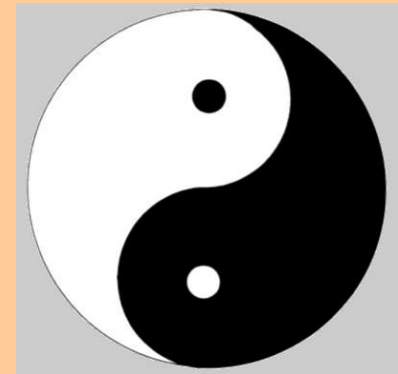
Einlassen - Zulassen - Loslassen

und natürlich je nach Bedürfnis auch persönliche Gespräche

Ganzheit ist etwas, das wir in unserem Leben nur selten erfahren. Doch liegt das nicht an unseren äußeren Umständen, sondern vielmehr daran, dass wir es einfach nicht gewöhnt sind, uns „so“ viel Zeit für uns selbst zu nehmen, „so“ tief in uns selbst einzutauchen, „so“ intensiv uns nur mit unserem Inneren zu beschäftigen. Mein Inneres „so“ wichtig zu nehmen, bringt mich jedoch in eine völlig neue Kraft und Zentrierung! Und dazu braucht es nicht irgendeine besondere Kenntnis oder Technik, sondern vielmehr eine Erlaubnis!

Sich Selbst erfahren:

Ich gebe mir selbst die Erlaubnis,
egal ob Licht in die Dunkelheit meiner Seele will,
ob ich eine meiner wahren Stärken erkennen und wieder leben soll,
ob ich die Freuden des Lebens noch viel mehr genießen lerne
oder die Tiefen meiner Seele ergründe,
ob Erkenntnisse meinen Geist erwecken
oder die Liebe zu mir selbst weiter wachsen möchte,
es darf sich offenbaren, was auch immer für mich dran ist...



Die Schönheit und Genialität unseres eigenen Wesens lässt sich oftmals erst dann wieder greifen, wenn es kein Schema mehr gibt, dem wir folgen müssen, kein Konzept, keine Richtlinien für den Ablauf eines Tages oder der Stunden, die ich mit mir selbst verbringe. Einfach nur auf sich selbst einlassen, zulassen und loslassen. Endlich darf genau die Kraft sich in mir zeigen, die gerade da ist! Egal ob hell oder dunkel, wie beim Yin/Yang ist beides in mir und gibt mir Kraft, wenn ich es in mir integriere.



Der größte Schritt zu mir selbst gelingt mir immer dann, wenn ich mit meinem Herzen genau das annehme und bearbeite, was gerade wirklich in mir ist. Und genau dazu ist dieser Tag gedacht. Inspiration, Intuition, die Stimme des Herzens, das sind die Führer, die uns durch diesen Tag geleiten...

***Eintauchen in meine Seele,
frei von Vermeidung, Kampf und Wertung***

mit Heliamus Raimund Stellmach

Selbsterfahrungstag:

Dauer: 1 Tag, 9.00 - ca. 18.30 Uhr;

Kosten: 120.- EUR

- Termine siehe Veranstaltungskalender -

